

**ESTRATEGIAS PARA APRENDER, REFLEXIONAR Y
PREVENIR LAS VIOLENCIAS EN EL NOVIAZGO Y SUS
CONSECUENCIAS EN JÓVENES
UNIVERSITARIAS(OS)!**

**ÉCHALE
GAFA**

 **ECHALE_GAFA**

AUTORAS:

Lucy Nieto Betancurt

Gina Marcela Arias Rodríguez

María José Tobar Lasso

**Estudio transcultural sobre la Violencia de Género
y sus efectos en la salud Mental de Jóvenes**

Universitarios de la Ciudad de Pereira

Ganador de la convocatoria 850 de 2019 Minciencias

Dirección de Investigaciones e Innovación de la

Universidad Católica de Pereira

Ilustraciones y diagramación: @emavillalbaj

OBJETIVOS DE LA CARTILLA:

Sensibilizar sobre la violencia en el noviazgo en jóvenes universitarias(os).

Brindar elementos conceptuales y pedagógicos para la implementación de estrategias de cuidado en el ámbito institucional y cotidiano que protejan de las violencias en el noviazgo.

Dirigido a la comunidad universitaria:

- Estudiantes.
- Docentes.
- Personal administrativo.
- Personal de servicios generales.



Esta cartilla hace parte de los productos de apropiación social de la convocatoria 850-2019 de Minciencias, del proyecto "Estudio transcultural sobre la Violencia de Género y sus efectos en la salud Mental de Jóvenes Universitarios de la Ciudad de Pereira".

El equipo de investigación sobre violencia en el noviazgo de la Universidad Católica de Pereira, Universidad del País Vasco y la Universidad de Burgos, integrado por docentes, psicólogas y estudiantes ha desarrollado los contenidos de esta cartilla en co-creación y ha facilitado escenarios de diálogo participativo con jóvenes para que identifiques y reflexiones acerca de cómo nos vinculamos las/los/les jóvenes en nuestras relaciones de noviazgo y de qué manera podemos prevenir prácticas de violencia desde nuestras aulas y espacios universitarios integrados por toda la comunidad universitaria (docentes, personal de servicios generales, administrativos, seguridad entre otros.) Les invitamos a preguntarnos ¿cómo hemos construido nuestras relaciones? y ¿qué podemos hacer para prevenir la violencia en nuestra universidad?

En esta cartilla, te contaremos sobre los conceptos de análisis de la violencia en el noviazgo, además, te presentamos los resultados de la investigación y te compartiremos algunas recomendaciones para implementar estrategias de cuidado a nivel institucional, que promuevan relaciones libres de violencia, facilitar la detección y el control de riesgos en nuestras universidades, así como estrategias de cuidado en nuestra vida cotidiana.

REFERENCIAS

CEPAL. (Julio de 1996). Violencia de género: un problema de derechos. Obtenido de <https://www.cepal.org/mujer/noticias/paginas/3/27403/violenciadegenero.pdf>

Dirección General de la Mujer Ministerio de Desarrollo Humano y Hábitat (2017). Noviazgos sin violencia. Me quiere no me quiere. Buenos Aires: Argentina.

García, Felipe E., & Włodarczyk, Anna, & Reyes Reyes, Alejandro, & San Cristóbal Morales, Carla, & Solar Osadey, Claudio (2014). Violencia en la pareja, apoyo social y bienestar psicológico en adultos jóvenes. Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo", 12(2),246-265.[fecha de Consulta 22 de Diciembre de 2020]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4615/461545458005>
Gracia, M. Puente, A. Arias, G. Nieto, L. Tobar, M. (2020) Violencia de género en contextos universitarios. Estudio sobre la violencia en el noviazgo informe de investigación cuantitativo 2020. Universidad del País Vasco, Universidad de Burgos, Universidad Católica de Pereira
Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2018). Forensis. Datos para la vida. Bogotá, Colombia.

Ministerio de Salud y Protección Social (2016). Observatorio Nacional de Violencias Línea de Violencias de Género ONV Colombia. Guía Metodológica de la Línea de Violencias de Género LVG. Bogotá D.C., Colombia: Imprenta Nacional.

¿DÓNDE ACUDIR? PARA TODAS ESTAS VIOLENCIAS PUEDES MARCAR 123 Ó 155

Centros hospitalarios –
Medicina legal – Denuncia
fiscalía

Comisaría intermediación–
Denuncia Fiscalía

Comisaría intermediación–
Denuncia Fiscalía

Comisaría intermediación–
Denuncia Fiscalía

Comisaría intermediación–
Denuncia Fiscalía

Llama al 123
o al 155

¿Si el caso es de violencia
en el noviazgo?
Solución pronta:
organizaciones de
mujeres y red de apoyo.
Comisaría de Familia –
intermediación,
generalmente no se llega
a las denuncias legales
por violencia psicológica.

Todas las violencias se pueden
denunciar en la Fiscalía y en la
Comisaría Familiar. Hay que tener
en cuenta que la Comisaría brinda
servicios de acompañamiento
jurídico y valoraciones psicológicas,
además se establecen las medidas
de protección y de atención, son
las siguientes:

- Ordenar al agresor que desaloje la casa.
- No visite ningún lugar donde se encuentre la víctima,
- Prohibirle esconder o trasladar de la residencia a niños, niñas o personas en condición de discapacidad.
- Acuda a un tratamiento reeducativo y terapéutico.
- El pago de la orientación y asesoría jurídica.
- Suspender la tenencia de armas.
- Brindarle protección de la policía en su residencia o trabajo.
- Decidir un régimen provisional de visitas en caso de que haya hijos e hijas.
- Solicitar a las EPS atención, alojamiento y alimentación por seis meses.

Estas medidas constituyen acciones de tipo administrativo y se encarga la Policía Nacional de garantizar su cumplimiento. Por otra parte, la Fiscalía, se encarga de procesos jurídicos y de sentencia para los casos.

Hay que tener en cuenta que cuando la violencia de género se ejerce con menores de edad, tanto la Comisaría de Familia como el ICBF se encargarán del restablecimiento de los derechos.

DEFINICIÓN BÁSICA DE LOS CONCEPTOS

Seguramente, alguna vez escuchaste en los medios de comunicación o en la calle sobre la violencia de pareja o alguien te habló alguna vez de la violencia de género ¿pero te has preguntado si en el noviazgo ocurren también violencias? ¿Quién la genera?, ¿cómo se detecta?

En esta cartilla encontrarás algunos conceptos sobre la violencia en el noviazgo para que los integres en tu vida y los reflexiones en las relaciones que construyes.

¿QUE ENTENDEMOS POR VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO?

La violencia de género constituye una de las vulneraciones a los derechos humanos más graves que obstaculiza la equidad de género en todas las regiones y continentes del mundo (Defensoría del Pueblo, 2012) este tipo de violencia se caracteriza por estar relacionada con la desigualdad de poderes y las relaciones asimétricas que se establecen entre hombres, mujeres o diversidades sexuales en nuestra sociedad.

La diferencia entre este tipo de violencia y otras formas de agresión se enmarca en los factores de riesgo o vulnerabilidad de las víctimas que en este caso mayoritariamente son mujeres. En este sentido, la violencia de género se manifiesta como dominación y subordinación de las mujeres consideradas como un patrimonio genérico de los hombres, es decir, que este tipo de violencia se relaciona con el sistema de género y los valores culturales dominantes reconocidos como machismo (CEPAL, 1996).

Por lo anterior, es importante que entendamos también que la violencia de género conlleva a múltiples problemas de salud a nivel individual y colectivo.

Entonces, comprendemos que la violencia de género son violencias que se ejercen a personas por su orientación e identidad de género no normativas (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016). Según sus características se puede

presentar de manera: física, psicológica, sexual, económica y patrimonial, en Colombia contamos con la Ley 1257 de 2008 donde se describen los tipos de violencia de la SIGUIENTE FORMA:



VIOLENCIA PSICOLÓGICA

→ proveniente de la acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza, directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta que implique un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación o el desarrollo personal.

VIOLENCIA FÍSICA

→ Riesgo o disminución de la integridad corporal de una persona.

VIOLENCIA SEXUAL

→ Consecuencias que provienen de la acción consistente en obligar a una persona a mantener contacto sexual, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas.

VIOLENCIA PATRIMONIAL

→ Pérdida, transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos económicos destinados a satisfacer las necesidades de la mujer.

Entonces, cuando hablamos de violencia no solamente nos referimos a la violencia física, sino que hablamos de todas las conductas violentas que se presentan en nuestra vida cotidiana, que afectan de manera diferencial según su género, identidad y orientación sexual y la edad, pertenencia étnica (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016).

A LAS INSTITUCIONES



- ☒ Las instituciones educativas deben promover políticas encaminadas a generar ambientes y relaciones libres de violencia.
- ☒ Estas políticas deben ir dirigidas a toda la comunidad universitaria: estudiantes, docentes, administrativos y personal de servicios generales.
- ☒ Las instituciones educativas deben constituir un Comité de Género, rutas, protocolos de atención de Violencias Basadas en Género.
- ☒ Se deben realizar análisis de las violencias donde se involucren aspectos como la raza, etnicidad y género que permitan evaluar los niveles de vulnerabilidad de acuerdo con las condiciones de los estudiantes.
- ☒ Desarrollar acciones formativas de prevención de violencia en el noviazgo orientadas a potenciar factores de protección y disminuir factores de riesgo, adaptados a las edades de los jóvenes.
- ☒ Informar sobre los riesgos de la violencia en el noviazgo online usando como herramienta las redes sociales, de este modo, también se podría promover un uso saludable de las redes sociales y las formas en las que se presenta esta violencia.
- ☒ Elaborar intervenciones pensadas en modelos de relaciones familiares y de pareja por medio de un trabajo socioeducativo.
- ☒ Compartir medidas específicas para la prevención de violencia sexual para las mujeres, reforzar que el consentimiento en las relaciones sexuales no implica manipulación ni consentimiento perpetuo y analizar los mitos en torno a la violencia sexual.
- ☒ Recopilar experiencias de otras instituciones educativas para aplicar en la universidad correspondiente.



RECOMENDACIONES

para implementar estrategias de cuidado a nivel institucional

Los hallazgos de esta investigación son relevantes para la prevención de la violencia en el noviazgo, puesto que se puede tomar como insumo para que las personas adquieran herramientas para la detección temprana de la violencia y así eviten involucrarse en relaciones violentas basadas en el mito del amor romántico durante su juventud. Por lo anterior, te compartimos las recomendaciones para ti y para las instituciones educativas.

A TI

- ☒ Tienes derecho a disfrutar de tus amigxs, salir libremente sin el permiso de tu pareja.
- ☒ Tú decides sobre tu cuerpo y debes poner límite a las acciones del otro para evitar daños.
- ☒ A tu pareja también puedes decirle NO.
El celular es tuyo, tus redes sociales son tuyas, eso hace parte de tu privacidad.
- ☒ No debes estar 24/7 disponible para tu pareja.
- ☒ No dejes a un lado tu proyecto personal y el tiempo para ti y las cosas que te gustan.
- ☒ Tienes derecho a decir lo que piensas, sientes y deseas en la relación.
- ☒ No eres un GPS, tu pareja no debe pedirte constantemente tu ubicación.
- ☒ Recuerda que nadie puede obligarte a hacer cosas que no quieras, tu consentimiento es importante siempre.
- ☒ Pregúntate en tu relación ¿te sientes bien?, ¿en qué momentos te has sentido mal?, ¿es repetitivo?, ¿puedo detenerlo?
- ☒ El alcohol, las drogas y cualquier sustancia psicoactiva no es un justificante para la violencia.
- ☒ Si alguien te cuenta sobre su relación violenta o tóxica ¡apóyale! No justifiques, no minimices lo que te está contando, escucha y apoya sin generar sentimientos de culpa.

Por último, es importante que tengamos en cuenta que generalmente se presentan de manera simultánea que producen afectaciones en la salud física y mental.

Noviazgo / relaciones de pareja

¿Y EN LOS NOVIAZGOS COMO SE DA? ¿EXISTE?

CLARO
QUE
SÍ



En nuestra vida diaria, vamos construyendo ideas sobre cómo nos podemos relacionar con otras personas, las naturalizamos y damos por sentado que deben ser así para siempre.

Por eso, hemos pensado que cuando estamos enamoradas(os) o en alguna relación es normal sentir:

CELOS,

Que es normal alejarnos de nuestros amigos(as) por dedicarle el 100 % de nuestro tiempo a la relación, estar 24/7 para el-la otrx, que dejemos de usar algún tipo de prenda porque a la otra persona le molesta, que debemos estar todo el tiempo respondiendo los mensajes de WhatsApp o alguna red social o que soportemos humillaciones, chistes, manipulaciones porque eso es "amor". Pero es importante que dejemos de ver como algo común este tipo de comportamientos y empecemos a pensar cómo podemos construir relaciones más sanas.

Centrándonos en la pregunta inicial, te contamos que la violencia en el noviazgo es aquella violencia en donde ocurren actos que lastiman a otra persona, se da en cualquier relación donde existe atracción y en la que los miembros de pareja salen juntos, es decir, puede ocurrir con tu novio/a, "amigovio", "traga", con la persona que sales, pero no tienes una etiqueta que determina la relación.

Con este tipo de violencia, tenemos más presencia y uso de internet donde interactuamos constantemente con nuestra pareja. Por ello, nos enfrentamos a una nueva sociedad digital donde se usa la tecnología para muchas de nuestras acciones, utilizamos por ejemplo las redes sociales para relacionarnos, estamos ya familiarizados con los usos

¿AMIGX DATE CUENTA!

Es tu turno de identificar los tipos de violencia y el nivel de riesgo que puedes llegar a presentar o si conoces a alguien que esté en algún nivel. Señala las casillas con marcador en caso de que la hayas sufrido.

VIOLENCIA

SEXUAL

Feminicidio
Te mutila
Te viola
Te fuerza a tener relaciones sexuales

FÍSICA

Te golpea físicamente
Te amenaza de muerte
Te amenaza con objetos o armas
Te encierra o aísla
Te trata con desprecio
Te ofende verbalmente, te insulta
Te empuja, te jalonea
Te pellizca, te araña
Te golpea "jugando"

ECONÓMICA

Te acaricia agresivamente
Maneja y dispone de tu dinero, bienes o documentos

PSICOLÓGICA

Te prohíbe usar métodos anticonceptivos
Destruye tus objetos

ECONÓMICA

Te amenaza con subir fotos íntimas tuyas a redes sociales

PSICOLÓGICA

Controla tus amistades o relaciones cercanas en redes sociales y de manera presencial
Controla las contraseñas de tus dispositivos electrónicos y redes sociales

Te intimida
Descalifica tus opiniones
Te humilla o ridiculiza
Te indica cómo vestir o maquillarte
Revisa tu celular cuando no te das cuenta
Te culpabiliza

Te cela
Abre tu Whatsapp Web sin tu consentimiento en su celular o computador

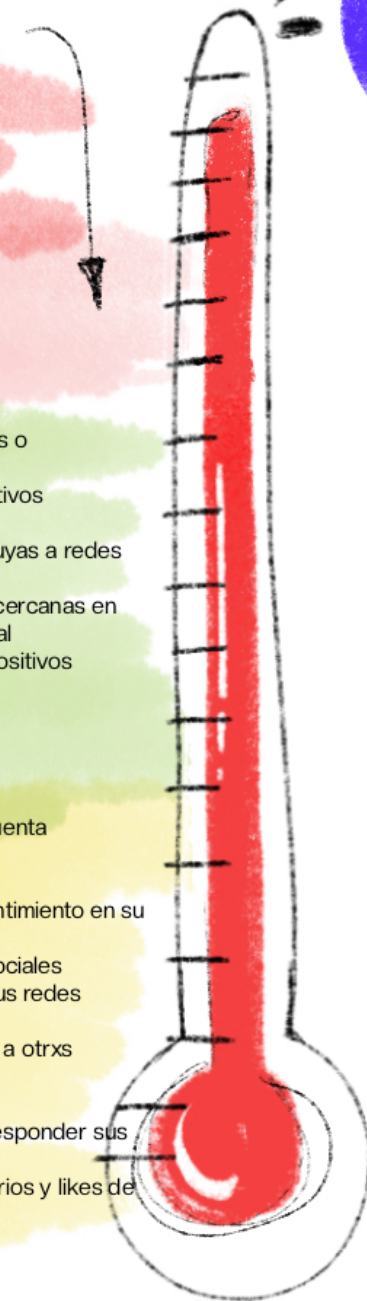
Te pide la contraseña de tus redes sociales
Te dice a quien seguir y agregar en tus redes sociales

Te dice que tus fotos son para atraer a otrxs
Te miente

Te hace bromas hirientes

Te reclama constantemente por no responder sus mensajes de whatsapp

Te humilla y reclama por los comentarios y likes de las redes sociales



Cuando una persona es víctima intenta pensar en otra cosa y evitar mentalmente la situación, es decir, distraerse para aliviar el malestar generado, pero al mismo tiempo están constantemente analizando sus sentimientos y comparándose con otros que están en situaciones peores.

¿Y QUÉ HACEN PARA REGULARLO?

Las víctimas de todos los tipos de violencia usan estrategias como: comer, beber o dormir para modular los efectos negativos de la violencia, en algunos casos expresan sus emociones y confrontan a la pareja con un intento de detener los comportamientos violentos. Pero eso podría llevarles a un cansancio y debilitamiento emocional.

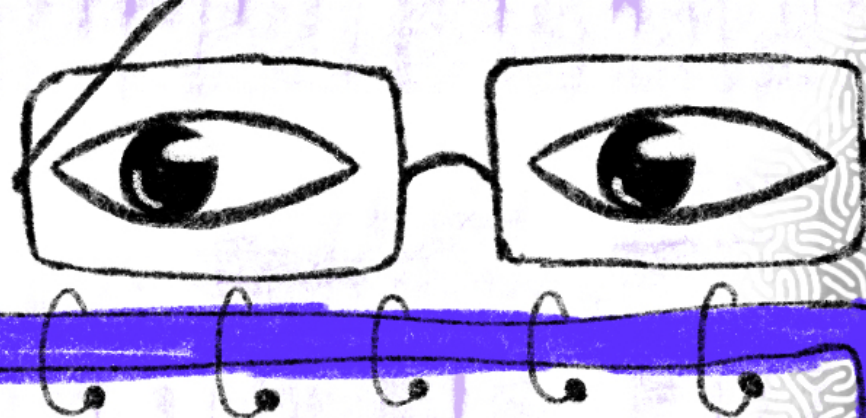
¿ES IGUAL EN HOMBRES Y MUJERES?

Mira, las mujeres buscan más apoyo social de otras personas y se apoyan más en creencias religiosas, expresan sus emociones y sentimientos y confrontan. Por otro lado, los hombres hacen más deporte y ejercicio para regular sus emociones.

Condiciones que incrementan el riesgo y que no debemos dejar pasar.

De acuerdo con nuestros hallazgos, y lo reportado en la literatura, la combinación entre sufrir violencia en el noviazgo online y offline y tener una relación distante con padres y amigos incrementa significativamente el riesgo suicida en los participantes. Por ello contar con el apoyo de padres o familiares disminuye el riesgo de intentos de suicidio y tener ayuda de alguien de confianza es importante para las(os) jóvenes. Fortalecer estas otras formas de relación que aporte el soporte y apoyo emocional se constituye pues en un factor de protección importante sobre el cual debemos dirigir nuestra atención.

Todo esto nos lleva a sustentar que no contar con estrategias de afrontamiento útiles es un factor que incrementa el riesgo de suicidio en jóvenes y resaltamos la importancia de contar con amistades y/o padres en quienes podamos confiar, esto podría ayudar a la prevención del riesgo suicida y fomentaría la identificación, manejo y detección temprana de la violencia en el noviazgo.



del WhatsApp, Facebook, Instagram y demás, incluso nos hemos acostumbrado a las dinámicas de las redes sociales y cómo por medio de estas interactuamos, ya sean publicaciones escritas, fotos, videos y todas las posibilidades que nos ofrece, es un tipo de comunicación bilateral que sobrepasa las barreras del espacio y tiempo.

Tanto así que las redes sociales han modificado la forma de cómo las nuevas generaciones sienten sus relaciones; ya hacen parte de nuestras vidas y en ellas hacemos públicas nuestras relaciones de noviazgo socializándolas con las/los demás. Estas interacciones nos permiten saber quiénes son las amistades de nuestras parejas y cómo interactúan con ellas, esto llega a ser la razón por la cual inician peleas, decepciones, favorece los celos enfermizos, el abuso, el control, el acoso y la ridiculización (Muñiz et al., 2015).

Así que en nuestros noviazgos también existe la violencia online y offline (cara a cara) como un ejercicio de la violencia psicológica, esta violencia al igual que la violencia de género incluye: acciones, actitudes y expresiones que pueden dañar o tienen el potencial de afectar física, emocional o sexualmente.

Muchas veces, las relaciones de adolescentes y jóvenes conocidas cotidianamente como "noviazgos" se construyen por medio de costumbres sociales enmarcadas en conductas machistas, una de ellas es el mito del "amor romántico" donde se remarcan los roles sexistas entre hombres y mujeres y posiciones de jerarquía y desigualdad en el noviazgo.

¿CÓMO IDENTIFICAMOS EL TIPO DE RELACIÓN EN LA QUE ESTAMOS?

Existen diferentes tipos de noviazgos violentos, el primero por ejemplo, es conocido como "relación desigual o asimétrica" ocurre cuando uno de los miembros de la pareja manipula por medio de agresiones de cualquier tipo, cuando ejerce la violencia se arrepiente y te "reconquista" pero al poco tiempo retoma los ciclos de violencia. Otro tipo es la "violencia reactiva" donde la persona que sufrió violencia responde intentando defenderse a las agresiones repetitivas del/la otro/a y finalmente encontramos que las "escaladas de violencia" es un tipo de noviazgo violento que se da cuando los miembros de la pareja responden a la violencia de manera más agresiva, se agreden mutuamente (Dirección General de la Mujer Ministerio de Desarrollo Humano y Hábitat, 2017)

CON TODO
LO ANTERIOR

¿Crees que es posible que estés en una relación de noviazgo violenta?
¡Identifiquemos las señales para que le echas gafa a estas actitudes!

Algo que debes tener en cuenta es que el bienestar es significativamente menor para las víctimas de violencia en el noviazgo; es decir, que las víctimas disfrutaban menos de su día a día y no encuentran satisfacción con la vida. Además, encontramos que quienes sufren de violencia por parte de la pareja presentan más efectos negativos, es decir, tristeza, cansancio, ira, inquietud, preocupación e infelicidad en comparación con quienes no sufren violencia.

¿Y CÓMO ES LA RELACIÓN CON PADRES Y AMIGXS?

Pues te contamos que quienes sufren de violencia offline presentan menos comunicación verbal y menos confianza en sus padres también aplica para la violencia online y quienes sufren de los dos tipos de violencia muestran mayor alineación en la relación con sus padres y amigos. Esto quiere decir que lxs jóvenes que sufren de VN aunque reconocen la necesidad de cercanía afectiva hacia sus padres y amigos, lo que prima es la distancia en la relación y no involucrarse emocionalmente con ellos.

Y algo que no podemos dejar pasar, es que el riesgo suicida se asocia con menor comunicación y confianza entre lxs jóvenes y sus padres.

¿Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO QUE? Esto quiere decir qué haces para afrontar situaciones de violencia en el noviazgo.

Lxs participantes que sufrieron de algún tipo de violencia offline indicaron hacer más uso de estrategias desadaptativas como abandono psicológico (no hacer nada) y aislamiento social (buscar estar solas(os)) frente a las no víctimas; esto se podría deber a que cuando las personas víctimas buscan apoyo, se responde minimizando el daño y naturalizando el maltrato por ello evitan la búsqueda de ayuda y de apoyo social.



LA VIOLENCIA PSICOLÓGICA ES EL TIPO MÁS COMÚN DE VIOLENCIA OFFLINE EN LAS RELACIONES ESTÁN ENTRE UN 48% Y UN 77%.

está entre un 48% y un 77% de manera más específica; el 70 % declaró haber sido víctima de violencia por desapego; el 71,2 % por coerción; el 73,3 % por control o monitorización y cerca de la mitad de lxs participantes informaron que habían sufrido de humillación, 48,3 %; agresión directa el 45,2 %

Dos datos que debemos resaltar y que son preocupantes es que un tercio de lxs participantes ha sufrido algún tipo de violencia sexual (36,6 %) y más de una cuarta parte abusos físicos 26,3 %

Se encontraron diferencias estadísticas por género en la violencia sexual, humillación y desapego sufrida mayoritariamente por mujeres.

¡HUY! ¿Y SABES TAMBIÉN QUE ENCONTRAMOS?

► La ideación suicida y el riesgo de suicidio son significativamente más altas en personas que son víctimas de violencia en el noviazgo. El 37,8 % de las personas que fueron víctimas pensaron en suicidarse, el 22,2 % han hablado con alguien más sobre la idea de quitarse la vida y el 15,6 % ha intentado suicidarse.

En cuanto a las diferencias por sexo para que nos quede más claro, las mujeres que sufren violencia física presentan tres veces más riesgo de intento suicidio, mientras que quienes sufren de violencia psicológica o física el riesgo incrementa entre un 1.65 y 2.34 veces más, por supuesto todo esto comparado con quienes manifiestan no haber sufrido estos tipos de violencia.

SEÑALES

- Te controla cómo debes vestirti o maquillarte.
- Te dice con quién puedes salir.
- Te pide explicaciones de por qué acudes a ciertos lugares.
- Se pone celoso(a) constantemente.
- Desconfía de ti y critica tus amistades.
- Te escribe constantemente por redes y si no le contestas se enoja.
- Le escribe a tus amigxs para comprobar si estás con ellos.
- Ha usado tu celular sin tu consentimiento para revisar conversaciones.
- Te pide la contraseña de tus redes sociales.
- Te humilla y reclama por comentarios y likes.
- Te pone sobrenombres que te molestan.
- Te humilla en público o con sus amigos(as).
- Te acusa diciéndote que estás con alguien más.
- Te culpabiliza de sus reacciones agresivas o celosas.
- Te dice que tus fotos son para atraer a otros(as).
- Te dice a quien puedes seguir y agregar en tus redes sociales.
- Envía fotos íntimas sin tu consentimiento a redes sociales.
- Te compara constantemente con sus ex parejas.
- Critica tu cuerpo.
- Generalmente hacen planes que a él/ella le gustan.
- Te presiona para tener relaciones sexuales.
- Cuando te golpeó o tiró algún objeto te dijo que fue "accidentalmente".
- Te amenaza con dejarte cuando discuten.
- Te amenaza con quitarse o quitarte la vida.
- Has tenido que ocultar información por miedo a sus reacciones.
- Has aceptado sus actitudes agresivas, controladoras para evitar peleas.

NO ME GUSTAN TUS AMIGOS

DEJAME REVISAR TU CELULAR

BORRA ESA FOTO

NO QUERÍA GOLPEARTE ¡DISCULPA!

TE PASÓ ESO POR VESTIRTE ASÍ

¿EN QUÉ LUGARES OCURRE?

La violencia en el noviazgo y todos los tipos de violencias de género puede ocurrir en ámbitos privados y públicos, es decir, que puede ocurrir en la universidad, en tu casa, en la calle y en cualquier espacio que compartas con tu pareja. Muchas veces la violencia que vivimos con nuestra pareja ocurre en lugares donde estamos solas(os) y no hay testigos; por ejemplo, cuando estamos en nuestros hogares o lejos de nuestras(os) amigas(os), pero eso no la hace menos grave, debe siempre echarle gafa a este tipo de actitudes violentas sin importar el lugar.

Y nunca olvides que este tipo de violencia no solamente ocurre cara a cara, sino que también se ejerce por medio del uso de tecnologías como por ejemplo las redes sociales.

CONSECUENCIAS

Mantener una relación violenta puede ocasionar daños físicos y emocionales que afectarán tus relaciones posteriores, puedes vivir con temor, culpa, aislamiento social, insatisfacción, alejarte de tus redes de apoyo, depresión, aumentan el riesgo de suicidio, deserción escolar, debilitamiento y cansancio emocional y algo muy importante, puede afectar tus patrones del sueño.

¿Por qué hablar de violencias de pareja en el contexto universitario?

Y te preguntarás... ¿Cómo llegamos a esto?, ¿por qué en las instituciones educativas se deben hablar de violencias de género? ¿cuál fue el primer caso?

Lo primero que tenemos es la Ley 1257 de 2008 y Decreto 4798 de 2011 del Ministerio de Educación donde se especifica que las instituciones educativas deben velar por el derecho humano de las mujeres a una vida libre de violencias.

Pero lo que más relevancia ha tenido para los contextos universitarios, se dio en el año 2017, con el caso de la profesora Mónica Godoy quien desarrollaba sus labores docentes en la Universidad de Ibagué y realizó denuncias sobre episodios de violencia sexual y laboral -principalmente mujeres vigilantes de la universidad- en los que varias mujeres de la institución educativa habían sido víctimas.

Y fíjate en estos casos de acoso dentro de las universidades:

"Temo usar shorts o vestidos porque no quiero que, en el camino hacia la U en la mañana, ni de vuelta a mi casa en la noche (porque salgo tarde de clases) me pase algo. Prefiero entonces ponerme jeans y soportar el calor de Pereira, que soportar la mirada y comentarios de los hombres que se sienten con el derecho de opinar".

"Un profesor me acosó durante un taller y aproveché que no había nadie para decirme obscenidades pensando que mi amabilidad era coqueteo, y en la siguiente clase nunca atendió a las dudas que tenía".

"Que un profesor sea insistente con una salida después de que le haya dicho muchas veces que NO".

"Recibir la noticia de unas estudiantes que estuvieron expuestas a expresiones sexuales por parte de un hombre adulto en el paradero de buses".

"Por ser homosexual y no tener una voz de 'hombre' mis ex compañeros me tomaron a la fuerza y me maquillaron la cara, luego me tomaron una foto e hicieron un meme con ella".

"Ser violentada física y psicológicamente dentro de la universidad por varios profesores, por su poder, por la manera en que aprovechan su rol dentro de la misma institución..."

"Me he sentido acosada varias veces en la U por diferentes chicos. Por ejemplo, cuando uno pasa por el lado de alguno de ellos y se quedan viéndolo a uno de forma morbosa".

Estos son algunos de los fragmentos escritos que recolectamos con el **tendedero del acoso** y ahora te presentamos los principales hallazgos de los cuestionarios que aplicamos.

¡ECHÉMOSLE Gafa A ESTOS DATOS!

El **83,6%** de lxs participantes indicaron que habían sufrido de alguna forma de violencia offline y el **74,9%** de violencia en el noviazgo online y el **68,1%** experimentó ambas formas de violencia, lo que nos confirma que las nuevas tecnologías son una oportunidad más para la victimización de la violencia en el noviazgo.



ECHÉMOSLE GAFA A TU RELACIÓN DE PAREJA PARA EVITAR LAS VIOLENCIAS

Para comprender y analizar la violencia en el noviazgo dentro de las instituciones educativas de la ciudad de Pereira se aplicaron 1223 cuestionarios online (59,6 %) y físicos (40,3 %) al aplicar los filtros de selección: no tener hijxs, no estar casados, no convivir con la pareja y tener entre 18 y 28 años, se seleccionaron finalmente 617 cuestionarios, de los cuales el 66,3 % indicó que se encontraba estudiando, el 27,5 % indicó que se encontraba trabajando y estudiando, el 5,7 % sólo trabaja y el 0,5 % no contestó la pregunta.

Encontramos que la mayoría de lxs participantes iniciaron sus noviazgos cuando tenían 15 años y su duración es entre 1 y 20 meses.

Tranqui, no solo realizamos cuestionarios, también hicimos un ejercicio denominado "tendedero del acoso" donde participaron estudiantes, docentes, administrativos y toda la comunidad universitaria, este ejercicio nos permitió conocer un poco más sobre las formas en que se presenta la violencia en el noviazgo y el acoso en las universidades.

¡Mira esto que encontramos sobre violencia en el noviazgo!

"Me han hecho sentir culpable al agrandar mis errores para minimizar los suyos".

"Enviaba mi ubicación en tiempo real para que me controlaran las actividades".

"Creía que no podría tener amigxs, ni redes sociales porque mantener mi relación era más importante".

"La pareja de mi amiga siempre debe estar con ella aún en la U sin ser estudiante".

"Una relación tóxica es cuando te obligan a cerrar redes sociales, eliminar personas de tu círculo social, cuando limitan tu tiempo a solo la pareja. Y aún más, podemos decir que es acoso, es falta de respeto hacia ti. ¡Reacciona!"

"Un chico me drogó en la fiesta de su hermano, se burló de ello en las redes sociales ridiculizándome".

Tras su presión e insistencia en visibilizar estas violencias, fue despedida.

Presentó tutelas aludiendo al silenciamiento y desacuerdo con la institución, sus primeras acciones de tutela fueron negadas pero en el año 2018, la Corte Constitucional falló a su favor por medio de la **Sentencia T-239** "acción de tutela para obtener reintegro laboral de docente que denunció actos de violencia de género y acoso laboral en institución universitaria", pronunciándose sobre los derechos fundamentales a la educación, libertad de expresión, al trabajo, la igualdad y no discriminación, el derecho a una vida libre de violencia.

Con esta primera sentencia se obtuvo un avance al reconocimiento de los derechos de las mujeres y se establecieron límites al principio de la autonomía universitaria. Por lo anterior, sin importar si estudiamos o trabajamos en una universidad pública o privada, estos espacios deben promover la erradicación de la violencia contra las mujeres, fortalecer y garantizar nuestros derechos fundamentales sin desconocer las luchas que se llevan dentro de las instituciones para visibilizar casos de acoso y de violencias, por ejemplo, la violencia en el noviazgo. Además, estas instituciones deben contar con un protocolo de actuación para la atención de casos de violencia de género, tales como rutas, procedimientos y trámites para las denuncias de acoso laboral y sexual.

Algunos ejemplos los encontramos en la Universidad de Antioquia, la Universidad Nacional y otras Instituciones de Educación Superior, quienes han elaborado protocolos para la prevención y atención de casos de violencias basadas en género y violencias sexuales, elaborando una ruta de atención a los casos dentro de la universidad.

De manera más reciente, el Ministerio de Educación en el año 2018 presentó el documento **"Enfoque de género e Identidades de Género para los Lineamientos Política de Educación Superior Inclusiva"** como una herramienta para que las instituciones de educación reconozcan las condiciones en las que se encuentran con respecto a la atención de sus estudiantes, explicando además las normas y acuerdos nacionales e internacionales que dan fundamento a la necesidad de generar políticas de equidad de género, identidades de género e inclusión social en la educación superior.



NI UNA
MENOS

QUEREMOS
SENTIR NOS
TRANQUILAS

